

אלול Elul Be Prepared

Shiurim Tuesdays 8:00 pm

Sept. 3 Return to Sender: 7 Practical Tips to Make the Most of the Month of Elul

Sept. 10 The More We Change, the More We Remain the Same: Managing Expectations and Goals During the Season of Teshuva

Sept. 17 In the Still of the Night: Why Selichos Are Recited When Everyone Else is Sleeping

Sept. 24 People Hearing Without Listening: Discerning The Shofar's Many Messages

Oct. 7 In Search of Solitude: Finding One's Way Into the Holy of Holies

Shabbos Drashos

Shoftim What My Encounter With the Secret Service Taught Me About the Month of Elul

Ki Teitzei Have You Been Checking Your Messages Lately?


Ki Savo Our Proudest Confessions

Nitzavim The Most Common Questions People Never Ask Before Rosh HaShanah

Rabbi Larry Rothwachs

Congregation Beth Aaron,
950 Queen Anne Road, Teaneck



 Can't attend in person? Watch on Facebook live at <https://www.facebook.com/larry.rothwachs>

For more information or for sponsorship opportunities, please contact office@bethaaron.org

RETURN TO SENDER:

7 Practical Tips to Make the
Most of the Month of Elul

RETURN TO **SENDER**

תל' ירושלאמי מס' קידושין א:ז –
אמו של ר' טרפון ירדה לטייל לתוך
חצירה בשבת ונפסק קורדייקין שלה
והלך רבי טרפון והניח שתי ידיו תחת
פרסותיה והיתה מהלכת עליהן עד
שהגיעה למיטתה

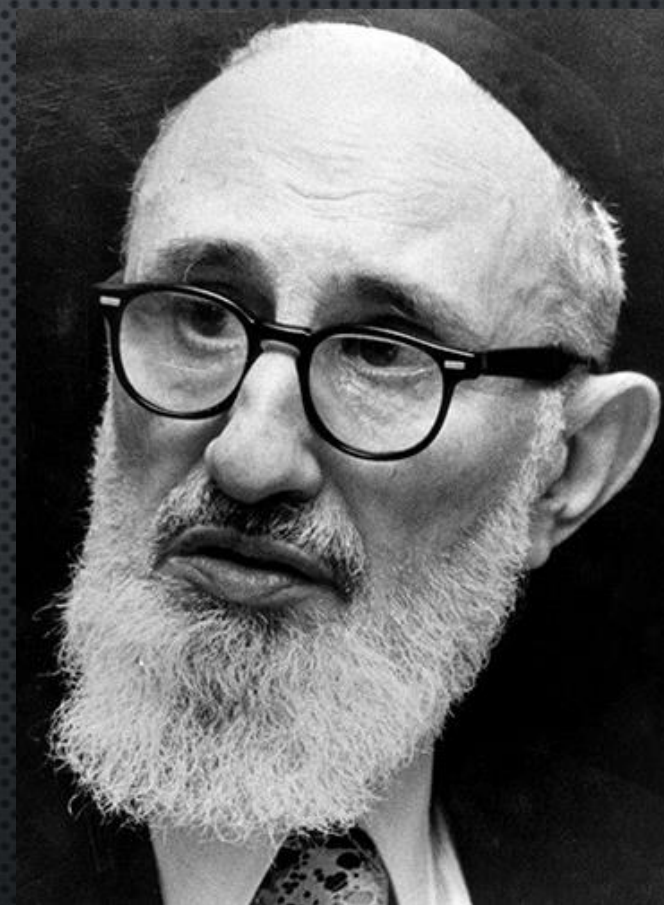
פעם אחת נכנסו חכמי לבקרו אמרה להן
התפללו על טרפון בני שהוא נוהג בי
בכיבוד יותר מדאי אמרין לה מה הוא
עביד ליד ותניית להון עובדא אמרין לה
אפילו הוא עושה כן אלף אלפים אדיין
לחצי הכיבוד שאמרה התורה לא הגיע

הרב יוסף דב הלוי
סולובייצ'יק

ימי
זיכרון

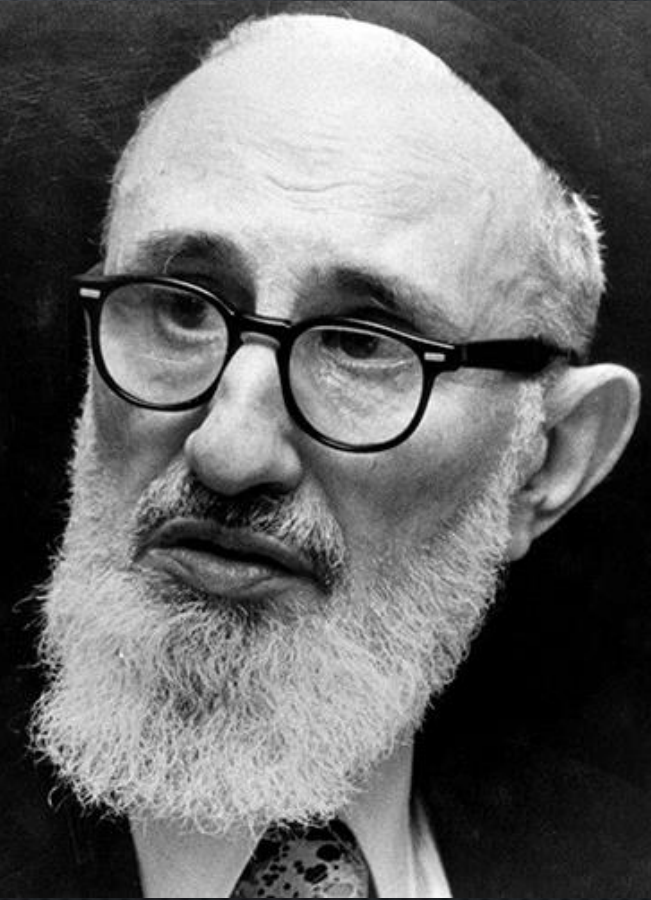
ספריית אלינר

הוצאת המחלקה לחינוך ולתרבות תורניים בגולה
ההסתדרות הציונית העולמית

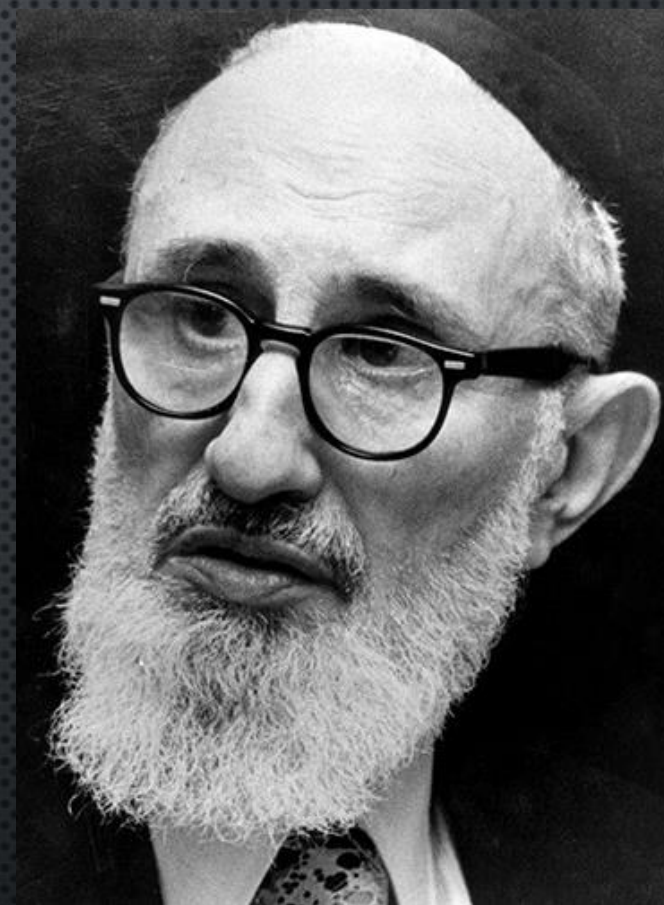




נשאלת השאלה : על שום מה קטרגו החכמים על רבי טרפון שעה שהיה חולה? והרי אמו שלו לימדה עליו באותו זמן זכות? התשובה היא, שאם אינה מסוגלת לעולם להיות מכרעת לגבי עניין שליחותו של בנה. בעוד שאמו של ר' טרפון היתה בטוחה, כי שליחותו של בנה מהותה הרבצת תורה ופעילות למען המשך המסורה, והיותו אחד מגדולי הדור וזקניו ביבנה – הרי החכמים לא היו בטוחים בכך : אולי נשלח רבי טרפון לעלמא הדין בתור שליח המקיים את מצות כיבוד אב ואם כדי לשמש, אמא זקנה שהיתה צריכה לאהבתו ולעזרתו? על כן נבהלו חז"ל כאשר שמעו מפי אמו של ר' טרפון "שהוא נוהג בי כבוד יותר מדי", כלומר שר' טרפון כבר מקיים בפועל את השליחות כהלכתה וממילא חזרה השליחות אל הבעל, ור' טרפון צריך לחזור אל המשלח ולהצהיר בפניו "עשיתי שליחותך, מילאתי תפקידי, תקין עשיתי ולא מהר כשכיר יומו". לכן אמרו החכמים שבאו לבקר את ר' טרפון : "אפילו הוא עושה כן אלף אלפין, עדיין לחצי כיבוד שאמרה תורה לא הגיע". בדומה למה שחז"ל אומרים "לפעמים אין גשמים יורדים אלא בשביל קלח אחד". וכך קורה, שלפעמים נוצר אדם רק כדי להגשים שליחות מיוחדת במינה..



הרב א"י הכהן קוק זצ"ל היה רגיל לפרש את המלים "אלקי עד שלא נוצרתי" במובן זה: "אלקי – עד שלא נוצרתי, איני כדאי" – היינו בתקופות אין ספור, שבהם לא הייתי חי, לא הייתי מסוגל לקיים ולמלא את שליחותי; ולכן היית ממתין בבריאתי, עד אשר הגיע הדור, שבו ניתנה לי האפשרות להיות פעיל בתורת שליח. אולם למרבה הצער, "ועכשו שנוצרתי" – כאשר הגיעה שעת היצירה שלי, לא השכלתי לנצל את ההזדמנות, שניתנה לי, ולא הגשמת את השליחות אפילו בחלקה – "כאילו לא נוצרתי". הנה לא תרמתי מאומה, כל כולי הריני מחדל כאילו נולדתי בתקופה, שאליה איני יכול להיות שייך כלל. ובאמת, הכינוי





7 PRACTICAL TIPS

#1

SHOW INITIATIVE

שיר השירים ו:ג

אֲנִי כְּחוֹדֵי וְחוֹדֵי כֹל הָרִיעָה בַּשּׁוֹנְשֵׁימ

שיר השירים ב:טז

חוֹדֵי כֹל וְאֲנִי כֹל הָרִיעָה בַּשּׁוֹנְשֵׁימ

שפת אמת לחדש אלול תרס"א

על חודש אלול רמזו הפסוק חכי לדודי ודודי לי
ד"ת אלול. דהנה צר"ח אלול נחלה הקצ"ח
לישראל צמי ימים האחרונים. ונחגלה הי"ג מדות.
כו"ט הנה חכי כורת צר"ח ח" ע"י התעוררות
התשובה של צר"ח וכן לעולם יש התגלות הי"ג מדות
ציונים האלה לצר"ח זכח התעוררות התשובה. דהנה
עיקר גילוי הי"ג מדות הם צתשרי כדאיחא צוזה"ק
צטציעאה. והוא צח" צהמלאו סמלך שאז נצרח העולם
ונחגלה ידו הפשוטה לקבל טצ"ס להנליח עלמו
להכצראים צנודותיו הטובים. אזל צלול ההתגלות
זכח התעוררות צר"ח וזהו חכי לדודי. ודודי לי היא
צתשרי שכפי התעוררות צלול כך זוכין צתשרי. וצאמת
כמו טצ"ח קדונו לעולם. כן לריך להיות תוניד טצ"ח
נחחדש הצריחה וצ"ח מקדימין צלול שהם קודמין
להתחדשות הצריחה. ולריך איש ישראל להתחזק צאלה
הנו" יום טקרצנו הקצ"ח צרלון כי לוחות הראשונות
היו צח" הצחירה צצ"ח. וצאחרונות צח" התקרצות
כו"ט חצחר ותקרצ. ומ"מ עיקר הצריח ח" צאחרונות

Reb Yehudah Aryeh Leib Alter ז"ל
1847-1905



בד קודש מועדים עמי רנז

והוא גם ענין חילוק הכתובים, "דודי לי
ואני לו" הוא דרך איתערותא
דלעילא, שהקב"ה מתקרב אלינו ואנו
משלימים להתקרב אליו, אבל "אני לדודי
ודודי לי", היא דרך המעולה, שתחילת
הקירוב היא מצד ישראל, והקב"ה משלים
לקרבנו אליו במדרגה מרוממת, והוא ענין
הרמז לחודש אלול, שימים אלו הם ימי
סגולה לקיים ענין זה בתכלית לשוב אל
השי"ת ולהתקרב אליו.

שליט"א Rav Boruch Dov (Berel) Povarksy



It would seem to me as if this spirit of initiative is one which could be applied to our interpersonal relationships as well. There is a common tendency that many of us have to procrastinate and avoid uncomfortable conversations that must take place, in the hopes that they will be initiated by the other. This proclivity reflects a natural aversion to awkward moments and difficult discussions. While this tendency may be natural, it is appropriate for us to challenge ourselves and acknowledge that we can do better.

It behooves us to recognize that to initiate a conversation which leaves one feeling vulnerable and exposed is, in and of itself, of great spiritual value, particularly during the season of repentance. Taking the first step towards reconciliation is often awkward, painful, and, at times, even humiliating. These feelings, while understandably uncomfortable, better enable us to achieve the proper state of mind and being during the days of awe.

In less than one month from now, we will all be paid a very special visit. Thankfully, our Visitor generously reminds us of His itinerary prior to His arrival. Rather than show up unexpectedly, He provides us with an incredibly generous opportunity to prepare and ready ourselves for this extraordinary experience. The month of *Elul* is a gift with profound potential. But, like most gifts, it is up to the recipient to choose if and how it is to be properly utilized.

The gift of *Elul* has been delivered. It arrived a week ago. It is now for us to decide whether to take full advantage of this opportunity and initiate the process that is soon set to begin.

“You go first.” “No, you go first.” Does it really matter who goes first? Sometimes actually, it does.

#2

חשבון הנפש

ENGAGE IN

INTROSPECTION

מסילת ישרים פרק ג - והנני רואה צורך לאדם שיהיה
מדקדק ושוקל דרכיו דבר יום ביומו כסותרים הגדולים אשר
יפלסו תמיד כל עסקיהם למען לא יתקלקלו, ויקבע עתים
ושעות לזה שלא יהיה משקלו עראי, אלא בקביעות גדול, כי
רב התולדה הוא. וחכמים זכרונם לברכה הורונו בפירוש צורך
החשבון הזה, והוא מה שאמרו ז"ל (בבא בתרא עח): על כן
יאמרו המושלים בואו חשבון: על - כן יאמרו המושלים
ביצרם, בואו ונחשב חשבוננו של עולם, הפסד מצוה כנגד
שכרה ושכר עברה כנגד הפסדה וכו'.

חיי אדם ג:קמג - ולכן מחוייב כל אדם ליתן לנפשו ולשים הדברים אל לבו ולמעט בעסקיו ולקבוע ביום ובלילה שעות מיוחדות להתבודד בחדריו במשכיות לבו ולקדם באשמורות ולהתעסק בדרכי התשובה וכשרון המעשה ולשפוך שיחה לפני בוראו ולהתוודות על עוונותיו ויוסיף לעשות מצוות ומעשים טובים, ולעסוק בתורה יותר ממה שעושה בשאר ימים וירבה בצדקה יותר מכל השנה, כי העת עת רצון והתפלה נשמעת בו.



Evernote



NOTABILITY



OneNote



9:41



< Screen Time

Today

Last 7 Days

Emily's iPhone

SCREEN TIME

Today at 9:41 PM

2h 45m

↑ 22m above average



Social Networking
1h 13m

Entertainment
50m

Productivity
18m

LIMITS

Social Networking

2 hr >

MOST USED

SHOW CATEGORIES

 Facebook 32m >

 YouTube 30m >

 Instagram 28m >

 Messages 23m >

#3

PRACTICE

קבלת עול מלכות שמים





Rav Shlomo Wolbe ז"ל
1914-2005



ועד שני

קריאת שמע היא מצות קבלת עול מלכות שמים, ויש בה דין כוונה מיוחד, יותר מהכוונה לצאת ידי חובת המצוה. לכן עושים הפסקה קטנה אחרי ברכת אהבה רבה ואהבת עולם כדי לכוון: "הנני מוכן לקיים מצות ק"ש בזמנה ואני מקבל על עצמי עול מלכות שמים".

"צריך להאריך בחי"ת של אחד כדי שימליך הקב"ה בשמים ובארץ שלזה רומז החטוטרט שבאמצע גג החי"ת, ויארריך בדלי"ת של אחד שעור שיחשוב שהקב"ה יחיד בעולמו ומושל בד' רוחות העולם ולא יארריך יותר משיעור זה" (שו"ע או"ח סא, ו). בתוך כוונה זו עלינו להמליך את הקב"ה גם על כל אברינו וחושינו ממש, על המחשבה, העיניים, האזניים, הפה, הלב, הידיים, ורגליים וכו', וזאת עד מסירת נפש כי עליך הורגנו כל היום כמבואר בספרים. וברור הוא: אינו רצוי שתישאר אחדותו ית' ידיעה מופשטת. אחדותו ית' צריכה להתגלות בחיינו! וכתבו הספרים שיש לצייר לעצמו איך מוליכים אותו להישרף או להסקל על קידוש השם, והוא מוסר נפשו ברצון. בר דעת ידע בזה את אשר לפניו. למשל: אדם קיבל על עצמו מסירת נפש ליהרג על קידוש השם וצייר לעצמו את הציור הזה. והנה אחרי התפילה יש לו סדר ללמוד גמרא, אבל הוא מתעצל ללמוד ומפסיק את לימודו בדברים בטלים; אם בר דעת הוא, הוא

תופס את עצמו: איך הוא זה — ליהרג על קידוה"ש הוא מוכן ברצון וללמוד ברצון אינו מוכן? איה איפוא מסירת נפשו? אם כן, הרי רימה את עצמו כאשר קיבל מסירת נפש ב"אחד"! ואז אולי באמרו שוב ק"ש יקבל על עצמו ללמוד במסירת נפש, בחיזוק ובלי הפסקה. וייתכן שאם יצייר לעצמו ציור זה של לימוד במסי"ג הוא ירגיש שאינו יכול לקבל על עצמו זאת כי כבד הוא ממנו — ומה יעשה אז? אם עובד אמיתי הוא, הוא יתן עם עצמו: אם ארבע שעות אינני יכול ללמוד בלי הפסקה, אולי בשתי שעות אחזיק מעמד, או בשעה אחת, או חצי שעה? וכמה שהוא מרגיש שבכחו להחזיק מעמד הוא יקבל על עצמו, ולמשל: ללמוד חצי השעה הראשונה מלימודו במסירת נפש בלי שום הפסקה, וכך יעשה אח"כ. ואולי אחרי שנה יוכל להגדיל את הזמן לשעה אחת או יותר, ואז יעשה כך ב"אחד".

מה רב ההבדל בין הציור ליהרג על קידוש השם ובין לימוד חצי שעה במסי"ג ולא להפסיק לשום דבר! אך הנה נוכחנו לראות כי בכוונה של מסי"ג יש מקום לרמות את עצמנו, ומה נעשה, הלא ק"ש היא עדות על יחוד ה' (הל' בשמע והד' באחד מרמזים על זהו), ועדות שבטלה מקצתה בטלה כולה, ומוטב בקבלת מסי"ג קטנה אבל אמיתית.

When was
the last time I
was really
מקבל עול
? מלכות שמים



#4

PRACTICE SAYING

THE WORDS

“I AM SORRY”

רמב"ם הל' תשובה ב:ב - ומה היא התשובה הוא
שיעזוב החוטא חטאו ויסירו ממחשבתו ויגמור
בלבו שלא יעשהו עוד שנאמר יעזוב רשע דרכו וגו',
וכן יתנחם על שעבר שנאמר כי אחרי שובי נחמתי,
ויעיד עליו יודע תעלומות שלא ישוב לזה החטא
לעולם שנאמר ולא נאמר עוד אלקינו למעשה ידינו
וגו', וצריך להתודות בשפתיו ולומר עניינות אלו
שגמר בלבו.

משלי כח:יג

בְּמִכְסֵה פִשְׁעֵיו לֹא יִצְלִיחַ וּבְמוֹדֵה וְעֹזֵב יִרְחֹם

ספר העיקרים - וההתנצלות גם כן...מונע התשובה, שאם יחשוב החוטא שיועיל ההתנצלות במה שחטא, לעולם לא יתחרט ולא יתודה עליו, וזה נקרא מכסה פשעיו, שעליו אמר שלמה מכסה פשעיו לא יצליח, שכסוי החטא הוא כשאדם תולה חטאו בדבר אחר, וזה לפי שאדם הראשון התנצל על חטאו אמר האשה אשר נתתה עמדי וגו' (בראשית ג:יב), ולא הועיל לו התנצלות כלל...

פ"נ
מור שמעון בן החר יהודה זצ"ל
שוראב

רב דקק קהל עדת ישרון

מלפנים

שימש ברבנות בדארמשטאט

באיכענהויזען ובבאלטימאר

נפ' י"ד אדר א' תשנ"ה לפ"ק

ושם אמו חנה

תל צ' ב' ה'

מכסה פשעיו לא יצליח
ומודה ועזב ירחם (משלי כח)



ז"ל Rav Yechiel Michel Epstein
1829-1908

ערוך השלחן תרב:ג - בעלי תשובה דרכן
להיות שפלים וענוים ביותר. ואם חרפו
אותן הכסילים במעשיהם הראשונים – אל
יתפעלו מזה, אלא שומעין ושמחים. שזהו
להם זכות גדול, שמתביישים ממעשיהם
שעברו, ואל ישיבו דבר. וכך אמרו חכמינו
ז"ל: הנעלבין ואינם עולבין, שומעין חרפתן
ואינן משיבין, עושים מאהבה, ושמחין
ביסורין, עליהם הכתוב אומר: "ואוהביו –
כצאת השמש בגבורתו" (שבת פח.).



Dr. Renee Garfinkel

WHAT'S SO TOUGH ABOUT APOLOGIZING?: An apology IS a good way to have the last word.

July 2013

The poison at the heart of many statements that appear to be apologies is the deadly “but”, followed by excuses or worse, e.g., “I’m sorry I hurt you, but you said those things that just made me so mad...” Sorry folks, that’s no apology.

A sincere apology acknowledges a specific action that caused harm. It takes full responsibility for that action. It demonstrates and expresses regret for the action and its effects. When possible, it offers compensation or redress, correction. And, this part’s important: a sincere apology promises (and even takes steps to insure) that it won’t happen again. Why is that so tough?



Dr. Renee Garfinkel

WHAT'S SO TOUGH ABOUT APOLOGIZING?: An apology IS a good way to have the last word.

July 2013

Apologizing is difficult because it requires humility.

Apologizing temporarily reduces one's self-esteem. The offender who apologizes yields some power, some control. Having announced their imperfection and error, the offender is now vulnerable. It takes humility to make a sincere apology, and for some people humility is just too uncomfortably close to humiliation.

True narcissists never apologize.

#5

BE (MORE)
FORGIVING

מס' ראש השנה יז. - אמר רבא כל המעביר על מדותיו מעבירין
לו על כל פשעיו, שנאמר נשא עון ועבר על פשע, למי נושא עון,
למי שעובר על פשע.

פ' רש"י שם - המעביר על מדותיו - שאינו מדקדק למדוד מדה
למצערים אותו, ומניח מדותיו והולך לו, כמו אין מעבירין על
המצות (יומא לג.) אין מעבירין על האוכלין (עירובין סד:) מניחין
והולך לו.

מעבירין לו על כל פשעיו - אין מדת הדין מדקדקת אחריהן,
אלא מנחתן והולכת.

ספר תומר דבורה - פרק ראשון - מי א-ל כמוך : המדה הזאת
מורה על היות הקב"ה מלך נעלב, סובל עלבון, מה שלא יכולהו
רעיון. הרי אין דבר נסתר מהשגחתו בלי ספק, ועוד אין רגע
שלא יהיה האדם נזון ומתקיים מכח עליון השופע בו עליו; והרי
תמצא שמעולם לא חטא אדם נגדו שלא יהיה הוא באותו הרגע
ממש שופע שפע קיומו ותנועת אבריו, ועם היות שהאדם חוטא
בכח ההוא לא מנעו ממנו כלל, אלא סובל הקב"ה עלבון כזה
להיות משפיע בו כח תנועות אבריו, והוא מוציא אותו כח
באותו רגע בחטא ועון ומכעיס והקב"ה סובל.

הנהגות רבי משה לייב מסאסוב - אוילים מדרך
פשעם ומעוונותיהם יתענו את גופם בצומות
ובמקוואות קרים מאד: מה תועיל בעיניך אם אינך
יודע למה אתה עושה כן ובשביל מי אתה עושה:
אם תכבוש כעסך הלא טוב לך מאלף תעניתים: אם
אתה שומע חרפתך ואינך משיב הלא טוב לך מאלף
עינוים.

#6

BECOME SOMEONE

שהרבים צריכים לו

מס' ראש השנה ית. - בראש השנה כל באי העולם
עוברין לפניו כבני מרון.
אמר רבה בר בר חנה אמר רבי יוחנן: וכולן נסקרין
בסקירה אחת.



זכרנו לחיים, מלך חפץ

בחיים, וכתבנו בספר החיים,

למען אלקים חיים

- Be a good friend
- Volunteer
- Join committees
- Be charitable with money and/or with time
- etc...



#7

(RE)FAMILIARIZE
YOURSELF WITH THE

מחזור



- How many times in the **ר"ה** Machzor do any of the following words appear: תשובה, סליחה, מחילה, כפרה?
- What word appears more frequently than any other on **ר"ה** and why?
- Why is there no **ראש השנה** on **וידוי**?
- What is unique about the format and structure of the **ר"ה** **מוסף** של **ר"ה**?
- Why are there so many **סליחות** on **ר"ה**, but so few **כחם** **ערב ר"ה**?



1.Show Initiative

2.Engage in Introspection

3.Practice קבלת עול מלכות שמים

4.Practice Saying the Words “I Am Sorry”

5.Be (More) Forgiving

6.Become Someone שהרבים צריכים לו

7.(Re)Familiarize Yourself with the מחזור

Next week:

THE MORE WE CHANGE, THE
MORE WE REMAIN THE SAME:

Managing Expectations and
Goals During the Season
of Teshuva